

Departament Komunikacji Społecznej

ul. Słonimska 1

15-950 Białystok

tel.: 85 879 79 79

opinia@um.bialystok.pl

Joga na wakacje w Ogrodzie Branickich

Dodana: 18.06.2024 13:50

Kategorie: Sport | Aktualności | Mieszkańcy | Sztuka

Od 23 czerwca do końca wakacji w Dolnym Ogrodzie Pałacu Branickich (przy fosie) będą organizowane otwarte plenerowe zajęcia jogi, które poprowadzi Anna Chomczyk – Joginka w podróży. Patronem tej inicjatywy jest Miasto Białystok. Pierwsze zajęcia odbędą się pod hasłem „Joga i ambient na Dzień Jogi”.

Pierwszej sesji jogi (23 czerwca, godz. 10.00) będzie towarzyszyć muzyka elektroniczna tworzona na żywo. Za oprawę muzyczną będzie odpowiedzialny Hubert O. Marcinkiewicz (MIFI77) – dj, autor Projektu New Hope. Kolejne wydarzenie jogowo-muzyczne odbędzie się na zamknięcie sezonu.

W pozostałych terminach zajęcia w parku będą odbywać się z „muzyką” natury w tle. Zajęcia są przeznaczone dla osób na każdym poziomie zaawansowania, również dla początkujących. Sesje jogi będą odbywały się co tydzień – w soboty lub niedziele. Wstęp wolny. W przypadku deszczu sesje będą przekładane na późniejszą godzinę lub odwoływane. Aktualne informacje będą podawane w wydarzeniu w mediach społecznościowych.

– Plenerowe zajęcia jogi w pięknym otoczeniu Ogrodu Branickich, na świeżym powietrzu, to doskonały pretekst do aktywności fizycznej. Zachęcam mieszkańców do udziału w tych sesjach. Ruch to zdrowie – powiedział zastępca prezydenta Rafał Rudnicki.

Terminy wakacyjnych sesji jogi:

- 23.06. (niedziela, 10:00-11:15) Joga i ambient na Dzień Jogi,
- 29.06. (sobota, 10:00-11:15) Joga na wakacjach,
- 6.07. (sobota, 10:00-11:15) Joga na wakacjach,
- 13.07. (sobota, 10:00-11:15) Joga na wakacjach,
- 20.07. (sobota, 10:00-11:15) Joga na wakacjach,
- 27.07. (sobota, 10:00-11:15) Joga na wakacjach,
- 4.08.(niedziela, 10:00-11:15) Joga na wakacjach,
- 10.08. (sobota, 10:00-11:15) Joga na wakacjach,

- 17.08. (sobota, 10:00-11:15) Joga na wakacjach,
- 24.08. (sobota, 10:00-11:15) Joga na wakacjach,
- 31.08. (sobota, 10:00-11:15) Joga i ambient na zakończenie lata.

Do udziału w zajęciach warto się przygotować. Dobrze mieć ze sobą matę do ćwiczeń, luźny strój sportowy i wodę. Warto przybyć na miejsce parę minut wcześniej i zająć wygodne miejsce na trawie. Można przyjść z partnerem, przyjaciółmi i dziećmi.

„Joga i ambient” to oryginalny, artystyczny projekt rozwijany od ponad 2 lat. Jego autorzy łączą dwie formy wysublimowanej sztuki – pracę z ciałem oraz muzykę, zapraszając naszych odbiorców do fascynującej podróży w głąb siebie. „Joga i ambient” narodził się i wzrastał w kultowym klubie FOMO w Białymstoku.

Opracowanie: Agnieszka Błachowska

Galeria

